

KAJIAN MENGENAI HUBUNGAN ANTARA KEMURUNGAN, KEBIMBANGAN DAN TEKANAN DENGAN TRET PERSONALITI DI KALANGAN PELAJAR TAHUN AKHIR FAKULTI PENDIDIKAN, UNIVERSITI KEBANGSAAN MALAYSIA.

**Ahmad Hazuad bin Salleh, Dini Rahiah Kadir
MALAYSIA**

ahmadhazuad@yahoo.com; dinirahiah@yahoo.com

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan mengkaji hubungan di antara kemurungan, kebimbangan dan tekanan dengan tret personaliti di kalangan pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan Universiti Kebangsaan Malaysia. Kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek kajian adalah terdiri daripada pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan, UKM yang dipilih secara rawak terhadap 113 orang pelajar daripada jumlah populasi seramai 170 pelajar. Dua instrumen kajian telah digunakan iaitu Junior Eysenck Personality Inventory (JEPI) untuk mengukur personaliti berasaskan dua dimensi sifat asas manusia iaitu faktor ekroversi-introversi dan neurotisme-stabiliti dan yang kedua ialah Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS21) untuk mengukur tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan. Kajian mendapati, antara punca yang menyumbang kepada kemurungan, kebimbangan dan stres di kalangan peserta kajian ialah masalah hubungan interpersonal, beban tugas akademik, tekanan pengurusan masa, persekitaran, aspek kewangan, keselamatan, hubungan dalam keluarga dan penglibatan aktiviti luar. Di samping itu, ianya juga memberi kesan seperti suka bersendirian, gangguan perasaan dan gangguan kesihatan. Sehubungan dengan dapatan kajian ini, beberapa implikasi dan cadangan dikemukakan. Di Malaysia, kajian yang berkaitan dengan kemurungan, kebimbangan dan tekanan seharusnya dipertingkatkan kerana kajian-kajian lepas berkaitan isu ini menunjukkan terdapat kesan-kesan yang negatif terhadap pelajar yang mengalaminya. Kajian seperti ini juga perlu diteruskan kerana sumbangannya amat bernilai dalam menghasilkan para pelajar atau graduan yang lebih sihat minda, emosi, fizikal serta lebih produktif dan berdaya saing.

Kata kunci: Kemurungan, kebimbangan, tekanan, tret personaliti, punca masalah, implikasi dan cadangan

PENGENALAN

Menjelang abad ke-21, tekanan (stress), kemurungan (depression), kebimbangan (anxiety) dan isu yang berkaitan personaliti sering diperkatakan dalam masyarakat dan menjadi perbualan hangat di media masa serta media elektronik. Persekitaran yang semakin terdesak pada masa kini menyebabkan pelbagai golongan berada dalam keadaan tertekan bagi bersaing dalam meneruskan perjuangan kehidupan. Dengan itu, wujud pelbagai sikap dan tingkah laku yang membentuk personaliti individu yang berbeza-beza. Kelainan personaliti individu yang berbeza-beza ini, seperti personaliti yang positif dan negatif membawa kepada perbezaan tahap tekanan yang dialami pada seseorang individu. Tahap tekanan yang tinggi akan membawa kepada personaliti yang negatif akan mengganggu fungsi hidup dalam masyarakat manakala personaliti yang positif membawa kesejahteraan hidup yang normal. Dengan itu, wajarlah kita memberi fokus kepada isu permasalahan ini.

Kajian ini dibuat ke atas pelajar iaitu para siswazah kerana pelajar adalah golongan yang terbesar wujud dalam masyarakat pada hari ini. Boleh dikatakan dua per tiga daripada rakyat Malaysia terdiri daripada pelajar. Pada era globalisasi ini pula para siswazah adalah harapan negara untuk memajukan dan mengaplikasikan pengetahuan mereka untuk menyelaraskan wawasan negara untuk menjadikan sesebuah negara itu cemerlang, gemilang dan terbilang. Namun begitu, para siswazah sudah pasti jugamenghadapi perasaan stres, kebimbangan dan kemurungan sewaktu di institusi pengajian tinggi yang menuntut untuk mencapai kejayaan. Hal ini ditambah lagi apabila sistem pendidikan tinggi kini masih lagi menitikberatkan aspek peperiksaan.

Setiap kajian yang dijalankan biasanya mempunyai kepentingan sama ada untuk mencari jalan penyelesaian terhadap permasalahan atau sebagai menambah ilmu pengetahuan yang baru. Di zaman yang penuh cabaran dan kepesatan teknologi, pengkaji merasakan kajian hubungan di antara kemurungan, kebimbangan, tekanan dan personaliti amat penting dilaksanakan di Fakulti Pendidikan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) kerana penyelidik belum melihat adanya kajian seperti ini dijalankan kepada pelajar UKM dan ianya akan me dapat bantu pihak UKM untuk mengenalpasti punca masalah dan cabaran pelajarnya dan seterusnya dapat membantu pelajar-pelajarnya membuat persediaan awal mengatasi masalah ini. Selain itu kajian ini adalah penting kepada beberapa perkara iaitu:

1. Untuk mengenalpasti tret personaliti di kalangan pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan Universiti Kebangsaan Malaysia
2. Untuk mengetahui hubungan di antara kemurungan, kebimbangan dan tekanan dengan tret personaliti di kalangan pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan Universiti Kebangsaan Malaysia.

DEFINISI TEKANAN, KEMURUNGAN, KEBIMBANGAN DAN PERSONALITI (PEMBOLEH UBAH BERSANDAR)

i) Kemurungan

Menurut Normah (1995), kemurungan mengandungi beberapa makna dari pelbagai cabang bidang ilmu. Contohnya dalam bidang neurofisiologi, kemurungan merujuk kepada pengurangan aktiviti elektrofisiologi dalam organ manusia. Dalam bidang farmakologi, kemurungan bermakna kesan dadah yang mengurangkan aktiviti organ manusia. Dalam bidang psikologi pula, mereka mendefinisikan kemurungan sebagai satu gejala yang mengurangkan prestasi normal individu seperti melambatkan aktiviti psikomotor atau mengurangkan fungsi intelektual individu. Sementara itu, dalam bidang psikiatrik, kemurungan merangkumi perubahan dalam bahagian afektif yang meliputi kesedihan atau kemurungan sehingga kecelaruan psikotik yang mengakibatkan kecenderungan membunuh diri.

ii) Kebimbangan

Spielberg (1976) mendefinisikan kebimbangan sebagai suatu proses yang terdiri daripada tekanan, ancaman dan keadaan kebimbangan. Proses tersebut berjalan mengikut satu urutan iaitu bermula daripada kognitif, afektif, fisiologi dan tingkah laku. Proses itu digerakkan oleh suatu rangsangan tekanan yang tinggi samada dari dalaman atau luaran. Jika seseorang itu mempersiapkan rangsangan tersebut sebagai berbahaya ataupun mengancam, ia akan menjadi emosional. Seterusnya, ia akan mengalami kebimbangan keadaan yang tinggi. Proses ini boleh dilihat melalui rajah di bawah.

iii) Tekanan

Tekanan ialah reaksi badan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan pada persekitaran. Ia berlaku dalam kehidupan seharian sama ada di rumah, sekolah atau tempat kerja. Malah, ketika bersama orang tersayang juga kita boleh mengalami tekanan. Dalam Lisan al-Arab, istilah tekanan disebut sebagai 'dhagt'. Mu'jam 'Ilm al-Nafs menjelaskan makna 'dhagt' sebagai keadaan jiwa yang mengalami pergolakan dan kegelisahan amat dalam.

iv) Personaliti

Menurut kajian Eysenck (1952), personaliti adalah gambaran tingkah laku seseorang yang konsisten, unik dan dinamik. Konsisten dan tekal bermaksud tingkah laku seseorang itu tidak berubah.

Personaliti semasa bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa, malah tua adalah serupa. Jika beliau bersifat keras hati dan ego pada peringkat kanak-kanak dan remaja, sifat dan sikap itu akan dibawa hingga ke tua atau ke liang lahad. Perubahan yang berlaku disebabkan oleh persekitaran hanyalah mewarnai personaliti, bukan mempengaruhi keseluruhannya.

v) Ekstraversi

Menurut Eysenck (1967), ekstraversi merupakan satu fenomena yang bersifat bipolar, iaitu ekstraversi terletak pada kawasan yang bertentangan dengan introversi. Ekstraversi menggambarkan jenis personaliti suka bergaul, berkawan dan berjenaka. Ia menggambarkan sebagai tret suka bercakap tetapi tidak suka membaca buku. Disamping itu, jenis personaliti ini juga menggambarkan individu yang suka mengambil mudah, optimistik dan kadang-kadang agresif. Ciri-ciri lain ialah mudah hilang sabar dan emosi yang cepat berubah-ubah.

vi) Neurotisme

Merupakan faktor bipolar iaitu neurotisme yang terletak pada suatu kawasan dan kestabilan yang lain. Neurotisme membawa maksud ketidakstabilan emosi. Ini digambarkan melalui tanda-tanda sakit kepala, mual, sukar untuk tidur dan sebagainya. Menurut Eysenck (1967), neurotisme juga dikaitkan dengan rasa bimbang, cemas, kadang-kadang mengalami histeria, kecelaruan obsesi kompulsif, jenayah, kecelaruan tingkah laku, alkoholisme dan hubungan kelamin.

METADOLOGI

Dalam kajian ini, antara kaedah yang telah dijalankan bagi memastikan pengumpulan data dapat berjalan dengan lancar adalah seperti mendapatkan kebenaran untuk menjalankan kajian di Fakulti Pendidikan, UKM. Responden kajian adalah dipilih secara rawak berkelompok berdasarkan jadual nombor rawak bagi memastikan setiap pelajar daripada populasi mempunyai peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel.

Kajian ini menggunakan kaedah kajian perihalan atau deskriptif yang memperihalkan sesuatu tingkah laku. Kaedah ini menggunakan statistik yang dapat diterangkan melalui kekerapan, peratusan dan graf. Selain itu, kaedah kajian ini juga menggunakan kaedah korelasi yang meliputi aspek mengkaji perkaitan antara tekanan dan personaliti di kalangan pelajar tahun akhir. Kaedah kajian ini dapat mengkaji secara intensif latar belakang, status semasa dan interaksi dengan persekitaran suatu unit sosial iaitu pelajar universiti tahun akhir.

Alat yang digunakan ialah soal selidik *Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS21)* dan *Junior Eysenck Personality Inventory (JEPI)*. Untuk melihat *realibiliti* instrumen penyelidikan yang digunakan, penyelidik telah memilih 30 orang sampel pelajar tahun akhir, Fakulti Pendidikan UKM. Mereka terdiri daripada program yang berlainan bagi menggambarkan gambaran pelajar tahun akhir yang berlainan program pengajian.

Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS21) merupakan terjemahan Ramli Musa iaitu pensyarah dan juga doktor psikiatri di Fakulti Perubatan, Universiti Teknologi MARA (UiTM). Soal selidik yang telah diterjemahkan dibahagikan kepada 7 item untuk setiap skala depresi, anxiety dan stres menunjukkan kebolehpercayaan yang tinggi iaitu depresi 0.81; anxiety 0.73; stres 0.81 dan menjadi bahan yang sangat kukuh dan mempunyai kesahan bagi konstruk dalam kajian rintis ini.

Manakala *Junior Eysenck Personality Inventory (JEPI)* digunakan untuk mengukur tret personaliti di kalangan pelajar. Setelah menjalankan kajian rintis, didapati soal selidik ini mempunyai kebolehpercayaan alpha yang lemah iaitu 0.6779. Walau bagaimanapun soal selidik ini tetap digunakan dalam meneruskan kajian ini kerana mempunyai kesahan (*validity*) yang tinggi yang telah banyak digunakan oleh pengkaji lain untuk menentukan tret personaliti seseorang.

KEPUTUSAN DAN PERBINCANGAN

3.1. ANALISIS FAKTOR DEMOGRAFI PELAJAR

3.1.1 Taburan responden mengikut Umur

Jadual 1 : Taburan kekerapan berdasarkan umur

		Kekerapan	Peratus (%)
Valid	Kurang daripada 22 tahun	8	7.1
	22 tahun	46	40.7
	23 tahun	50	44.2
	lebih daripada 23 tahunS	9	8.0
	Jumlah	113	100.0

Berdasarkan jadual di atas menunjukkan taburan umur berdasarkan kajian yang telah dibuat. Bilangan umur yang kurang daripada 22 tahun ialah lapan orang iaitu 7.1 peratus, 22 tahun seramai 46 orang iaitu 40.7 peratus, 23 tahun seramai 50 orang iaitu 44.2 peratus dan manakala bilangan yang berumur lebih daripada 23 tahun seramai 9 orang iaitu 8.0 peratus. Ini bermakna mereka yang berumur 23 tahun merupakan golongan yang paling besar dalam kajian ini.

3.1.2. Taburan responden mengikut Jantina.

Jadual 2 : Taburan kekerapan berdasarkan jantina

		Kekerapan	Peratus (%)
Valid	Lelaki	59	52.2
	Perempuan	54	47.8
	Jumlah	113	100.0

Hasil daripada kajian didapati bahawa bilangan responden lelaki seramai 59 orang iaitu 52.2 peratus dan perempuan seramai 54 orang iaitu 47.8 peratus. Responden perempuan merupakan golongan majoriti dalam kajian ini.

3.1.3. Taburan responden mengikut program pengajian

Jadual 3 : Taburan kekerapan berdasarkan program pengajian

		Kekerapan	Peratus (%)
Valid	SM Pendidikan Dengan Kejuruteraan (Pendidikan Khas)	39	35
	SM Pendidikan Dengan Kejuruteraan (Sukan & Rekreasi)	27	24
	SM Pendidikan Dengan Kejuruteraan (Matematik)	27	24
	SM Pendidikan Dengan Kejuruteraan (Pengajaran Bahasa Inggeris sebagai Bahasa Kedua, TESL)	20	17
	Jumlah	113	100.0

Jadual di atas pula menunjukkan program pengajian yang telah dikaji. Didapati Sarjana Muda Pendidikan Dengan Kejuruan (Pendidikan Khas) mempunyai bilangan yang paling tinggi sebanyak 39 orang iaitu 35 peratus manakala Sarjana Muda Pendidikan Dengan Kejuruan (Sukan & Rekreasi) mempunyai bilangan sebanyak 27 orang iaitu 24 peratus, Sarjana Muda Pendidikan Dengan Kejuruan (Matematik) mempunyai bilangan sebanyak 27 orang iaitu 24 peratus dan Pendidikan Dengan Kejuruan (Pengajaran Bahasa Inggeris sebagai Bahasa Kedua, TESL) mempunyai bilangan sebanyak 27 orang iaitu 24 peratus daripada bilangan kajian.

3.2. ANALISIS FAKTOR PERSONALITI PELAJAR

3.2.1. Taburan kekerapan Faktor personaliti ekstrovert

Dalam kajian yang telah dilakukan ini, pengkaji telah membuat analisis terhadap faktor personaliti ekstrovert di kalangan responden pelajar tahun akhir lelaki dan perempuan. Hasil daripada data yang telah dikumpulkan pengkaji mendapati bahawa seramai 25 orang pelajar mempunyai tahap ekstrovert yang paling tinggi iaitu sebanyak 22.1 peratus. Berdasarkan jadual tersebut juga, skor kekerapan yang paling tinggi ialah 1, 2, 3, dan 11. Skor ini berada dalam tahap yang sederhana. Dengan ini, keputusan menunjukkan peratusan pelajar yang mempunyai jenis personaliti suka bergaul, berkawan dan berjenaka. Mereka juga suka bercakap tetapi tidak suka membaca buku. Di samping itu, jenis personaliti ini juga menggambarkan individu yang suka mengambil mudah, optimistik dan kadangkala agresif. Ciri-ciri lain ialah mudah hilang sabar dan emosi yang cepat berubah-ubah. Tahap personaliti ekstrovert yang rendah ini sangat sesuai kepada pelajar dalam mengimbangi kehidupan seharian di universiti.

Jadual 4 : Taburan kekerapan berdasarkan personaliti ekstrovert

		Kekerapan	Peratus (%)
Valid	1.13	1	.9
	1.17	3	2.7
	1.21	2	1.8
	1.25	17	15.0
	1.29	18	15.9
	1.33	11	9.7
	1.38	25	22.1
	1.42	11	9.7
	1.46	8	7.1
	1.50	4	3.5
	1.54	3	2.7
	1.63	7	6.2
	1.67	2	1.8
	1.75	1	.9
	Jumlah	113	100.0

3.2.2. Taburan kekerapan Faktor personaliti ekstrovert

Berdasarkan analisis kajian yang telah dilakukan oleh pengkaji ke atas 113 responden, dapatan kajian ini memberi gambaran bahawa terdapat sesuatu menarik untuk dikaji dengan lebih terperinci. Didapati bahawa jumlah kekerapan tertinggi pelajar yang mempunyai tahap personaliti neurotisme yang tinggi adalah seramai 23 orang iaitu sebanyak 20.4 peratus iaitu pada skor 1.33.

Kekerapan yang paling tinggi pula adalah pada skor kekerapan empat iaitu sebanyak 3.5 peratus. Kekerapan ini wujud pada skor 1.21, 1.25, 1.29, 1.42, 1.54 dan 1.96. Kekerapan ini wujud di setiap awal, pertengahan dan akhir skor. Ini menunjukkan tahap neurotisme di kalangan pelajar tahun akhir Universiti Kebangsaan Malaysia adalah pada tahap yang seimbang dan normal. Tahap ini adalah seimbang dengan tahap yang terdapat dalam skor ekstrovesi. Keseimbangan dua skor ini menggambarkan pelajar tahun akhir Universiti Kebangsaan Malaysia mempunyai personaliti yang seimbang.

Jadual 5 : Taburan kekerapan berdasarkan personaliti neurotisme.

		Kekerapan	Peratus
Valid	1.08	6	5.3
	1.13	1	.9
	1.17	3	2.7
	1.21	4	3.5
	1.25	4	3.5
	1.29	4	3.5
	1.33	23	20.4
	1.38	6	5.3
	1.42	4	3.5
	1.46	12	10.6
	1.50	1	.9
	1.54	4	3.5
	1.58	9	8.0
	1.63	8	7.1
	1.67	2	1.8
	1.71	2	1.8
	1.75	3	2.7
	1.79	5	4.4
	1.88	1	.9
	1.96	7	6.2
	2.00	4	3.5
	Total	113	100.0

Pengkaji hanya mengkaji personality ekstrover tsahaja kerana melihat tahap personality ekstrovert yang tinggi boleh memberi masalah kepada kehidupan harian pelajar kerana mempunyai ciri-ciri yang negative ia itu rasa bimbang, cemas, kadang-kadang mengalami hysteria ,kecelaruan obsesif-kompulsif, jenayah, kecelaruan tingkah laku, alcohol isme dan hubungan kelamin (Eysenck, 1967). Selain itu, personaliti ini juga memberi kesan kepada fizikal seseorang iaitu sakit kepala, mual, sukar untuk tidur dan sebagainya.

3.3. ANALISIS HUBUNGAN KORELASI DEPRESI , ANXIETI DAN STRES DENGAN TRETPERSONALITI

Analisis hubungan yang di antara depresi, anxiety dan tekanan dengan tret personaliti di kalangan pelajar tahun akhir Universiti Kebangsaan Malaysia.

3.3.1. Analisis hubungan di antara tret personaliti ekstroversi dengan kemurungan

Jadual 10 : Analisi hubungan di antara tret personaliti ekstroversi dengan depresi

		Ekstroversi	depresi
Ekstroversi	Pearson Correlation	1	.474(**)
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	113	113
Depresi	Pearson Correlation	.474(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	113	113

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan jadual di atas menunjukkan pengujian kolerasi Pearson hubungan di antara tret personaliti dengan depresi. Hubungan korelasi di antara dua pemboleh ubah ini ialah dengan nilai pekali korelasi (r) = - .474, $p < .01$. hubungan ini didapati pada tahap hubungan yang signifikan. Oleh itu, Ho 1 bagi personaliti ekstroversi dan depresi adalah ditolak.

3.3.2. Analisis hubungan di antara tret personaliti ekstroversi dengan kebimbangan

Jadual 11 : Analisi hubungan di antara tret personaliti ekstroversi dengan anxiety

		Ekstroversi	anxiety
ekstroversi	Pearson Correlation	1	.310(**)
	Sig. (2-tailed)	.	.001
	N	113	113
Anxiety	Pearson Correlation	.310(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.
	N	113	113

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Jadual di atas menunjukkan ujian korelasi bagi dimensi personaliti dan anxiety. Keputusan yang diperolehi (r) = - .310, menunjukkan hubungan yang signifikan pada aras $p < .01$. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa dimensi personaliti mempunyai hubungan dengan anxiety atau kebimbangan. Daripada analisis di atas menunjukkan bahawa Ho 1 bagi anxiety adalah ditolak.

3.3.3. Analisis hubungan di antara tret personaliti ekstroversi dengan tekanan (stres)

Jadual 12 : Analisi hubungan di antara tret personaliti ekstroversi dengan stres

		Ekstroversi	Stress
Ekstroversi	Pearson Correlation	1	.302(**)
	Sig. (2-tailed)	.	.001
	N	113	113
Stress	Pearson Correlation	.302(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.
	N	113	113

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Seterusnya jadual di atas menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan di antara personaliti dan stres/tekanan. Keputusan yang diperolehi ialah (r) = .302 yang berada pada tingkat aras $p < .01$. Dapatan analisis kajian ini menunjukkan Ho 1 bagi stres adalah ditolak.

3.4. ANALISIS KEMURUNGAN, KEBIMBANGAN DAN TEKANAN BERDASARKAN PERBEZAAN JANTINA

Analisis perbezaan ujian t digunakan untuk mengkaji perbezaan antara depresi, anxiety dan tekanan yang di antara pelajar lelaki dan perempuan di kalangan pelajar tahun akhir Universiti Kebangsaan Malaysia.

3.4.1. Analisa perbezaan kemurungan di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

Jadual 13 : Analisa perbezaan kemurungan di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)
Presi	Equal variances assumed	1.349	.248	.183	111	.855
	Equal variances not assumed			.185	109.721	.854

Jadual di atas menunjukkan perbezaan kemurungan (depresi) di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan. Berdasarkan jadual diatas, keputusan yang diperolehi ($t (109.721) = .185, p > .05$), maka keputusan adalah tidak signifikan. Hasil kajian ini menunjukkan tidak terdapat perbezaan di antara kemurungan pelajar lelaki dan pelajar perempuan. Ini menggambarkan bahawa pelajar lelaki dan pelajar perempuan tidak berbeza dari segi kemurungan yang diterima oleh mereka. Kesimpulan daripada analisis ini menunjukkan bahawa H_0 2, depresi diterima.

3.4.2. Analisis perbezaan kebimbangan di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

Jadual 14 : Analisa perbezaan kebimbangan di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)
Anxiety	Equal variances assumed	.425	.516	-2.803	111	.006
	Equal variances not assumed			-2.799	109.475	.006

Jadual di atas menunjukkan ujian t (independent samples t test) untuk melihat nilai p iaitu perbezaan anxiety berdasarkan jantina. Perbezaan dua min iaitu antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan terhadap anxiety. Didapati perbezaan anxiety terhadap jantina dengan nilai ($t (109.475) = -2.799, p < .05$) adalah signifikan. Oleh itu, H_0 2 bagi kebimbangan adalah ditolak.

3.4.3. Analisis perbezaan tekanan di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

Jadual 15 : Analisa perbezaan stres di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)
Stress	Equal variances	1.014	.316	-1.391	111	.167

	assumed					
	Equal variances not assumed			-1.404	109.154	.163

Berdasarkan jadual di atas menunjukkan keputusan yang diperolehi ialah ($t(109.721) = .185, p > .05$). Ini menunjukkan keputusan analisa perbezaan stres antara jantina lelaki dan perempuan adalah tidak signifikan. Hal ini seterusnya menerima H_0 bagi stres /tekanan.

KESIMPULAN

Dapatan kajian yang diperolehi daripada analisa data telah menjawab persoalan kajian berdasarkan objektif kajian. Didapati bahawa peratusan personaliti ekstrovert dan neurotisme adalah pada tahap sederhana di kalangan pelajar tahun akhir Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.

Manakala dari segi hubungan pula, kemurungan adalah mempunyai hubungan yang signifikan dengan personaliti ekstrovert dan tidak signifikan dengan perbezaan jantina. Hubungan anxiety pula adalah signifikan dengan personaliti ekstrovert dan juga perbezaan jantina tetapi tidak signifikan dengan program pengajian yang berbeza. Tekanan pula menunjukkan hubungan yang signifikan dengan dimensi personaliti ekstrovert dan perbezaan program dan tidak signifikan dengan perbezaan jantina.

Penyelidik berpendapat kajian ini sangat menarik dijalankan kerana banyak pengalaman yang penyelidik perolehi. Namun, ianya hanya sebuah kajian yang kecil sahaja. Justeru itu, penyelidik mencadangkan beberapa perkara yang penyelidik lain boleh tambahkan bagi mereka yang mahu menjalankan kajian yang lebih lanjut berkaitan tajuk kajian ini sekaligus memperkasakan penyelidikan di UKM. Tambahan-tambahan itu ialah :-

- a) Kajian untuk melihat bagaimana punca kepada masalah psikologi seperti pergaulan, kognitif, dan juga hubungan dengan keluarga.
- b) Kajian kemurungan, kebimbangan dan tekanan dengan pembolehubah psikologi yang lain seperti EQ, IQ, self-esteem, dan sebagainya.
- c) Kajian kemurungan, kebimbangan dan tekanan dengan faktor fizikal yang lain seperti berat badan, metabolisma tubuh dan kuantiti berpeluh.

RUJUKAN

Abdul Rahim b. Haron (1998). *Kajian Mengenai Kebimbangan dan Punca-Punca Kebimbangan di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah Asrama dan Bukan Asrama di Daerah Hulu Langat*. Tesis Universiti Kebangsaan Malaysia.

Abdul Rahim b. Ali (1990). *Personaliti dan Hubungannya Dengan Pencapaian Akademik Murid-Murid Sekolah Rendah Luar Bandar*. Universiti Malaya.

Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., M. W. & Swinson, R. P. (1998). *Psychometric Properties of the*

42-Item and 21-Item Versions of Depression Anxiety Stress Scale (DASS) in Clinical Groups and Community Sample. *Psychological Assessment* 10, 176-181.

Chua Soo Yen, Evelyn (2001). *Tekanan Belajar dan Cara Mengatasinya: Satu Kajian Kes di Fakulti Sastera dan Sains Sosial*. Latihan Ilmiah Universiti Malaya.

Emi Yusmidar Bt. Md Yusoff (2004). *Tahap Kemurungan Dan Penghargaan Kendiri Pelajar-Pelajar Latchkey Sekolah Kebangsaan Luar Bandar di Pantai Timar Semenanjung Malaysia*. Latihan Ilmiah, Universiti Kebangsaan Malaysia.

Gillet, R. (2001). *Mengatasi Tekanan, Suatu Panduan Menolong Diri Untuk Mencegah Dan Merawat*. Sebuah Penerbitan Dorling Kindersley. Golden Book Center Sdn. Bhd.

Loh Yin Yin (2004). *Hubung Kait Antara Tahap Kemurungan, Penghargaan Kendiri dan Kecelaruan Psikiatrik: Tinjauan Terhadap Pesakit Psikiatrik Kanak-Kanak Dan Remaja Di Hospital Universiti Kebangsaan Malaysia*. Tesis Universiti Kebangsaan Malaysia.

Lovibond, P. F. & Lovibond, S. H (1995). The Structure of Negative Emotional States: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With the Beck Depressions and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy* 33, 335-343

Mohamad Shahir Rezdhan b. Mohd Hashim. (2005). *Hubungan Daya Tahan Kendiri Terhadap Depresi, Anxieti dan Stres di Kalangan Remaja di Persisiran Pantai*. Latihan Ilmiah. Jabatan Psikologi dan Kaunseling, Fakulti Pengurusan dan Ekonomi, Kolej Universiti Sains dan Teknologi Malaysia (KUSTEM).

Osman Najib (1998). *Kemurungan Di Kalangan Pelajar Tingkatan Empat*. Latihan Ilmiah. Universiti Utara Malaysia.

Tan Sheauki (1998). *Kebimbangan Tret dan Kebimbangan Pemilihan Kerjaya Masa Hadapan: Satu Kajian Di Kalangan Pelajar IPTA*. Latihan Ilmiah Universiti Kebangsaan Malaysia.

Teo Poh Hoon (1992). *Hubungan antara Personaliti, Tabiat Belajar dan Sikap Belajar Dengan Pencapaian Akademik di Kalangan Mahasiswa UKM*. Latihan Ilmiah. Universiti Kebangsaan Malaysia.

Wan Yahya b. Ibrahim @ Wan Yusoff (1998). *Hubungan di antara Tekanan Kerja dengan Komitmen: Satu Kajian Kes Kolej Yayasan Pelajaran Mara Bangi*. Latihan Ilmiah Universiti Malaya. Kuala Lumpur.

Wan Zainab bte. Othman (1990). *Kemurungan di Kalangan Kanak-kanak dan Kesannya ke atas Penghargaan Kendiri dan Pencapaian Akademik*. Tesis Universiti Kebangsaan Malaysia.

Wong Kok Peng (1995). *Masalah kerjaya Masa Depan, Sifat Takut Kepada Kegagalan, Kebimbangan Kerjaya Masa Depan dan Kebimbangan Tret di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah*. Latihan Ilmiah, Universiti Kebangsaan Malaysia.